

1日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
キムチごはん(麦入り)	精白米(自校)	55
	米粒麦 自校	5
	豚赤肉(スライス)	18
	清酒	2
	生姜	0.8
	(レト)白菜キムチ ご飯用	17
	人参	7
	(冷)むき枝豆	4
	炒り白ごま	1.5
	ごま油	2
	砂糖(上白糖)	1
	濃口醤油	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	食塩	0.1
	牛乳	○ 206
	ナムル	
	トック	
きゅうり	20	
人参	5	
(袋)棒々鶏ドレッシング 乳・卵抜き	10	
ボンレスハム 短冊 卵抜き	5	
トック	20	
玉葱	20	
中ねぎ	3	
(乾)干しわかめ カット	0.8	
なたね油	0.5	
(レト)がらスープ	3	
濃口醤油	0.8	
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
ごま油	0.2	
湯	140	
(個)冷凍みかん	80	

2日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
中華どんぶり(麦ごはん)	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
	牛乳	○ 206
	豚赤肉(スライス)	20
	生姜	2
	清酒	1
	(冷)紫いか 短冊	10
	清酒	1
	(レト)うずら卵	25
	キャベツ	40
	玉葱	30
	人参	10
	(レト)たけのこ水煮(ホール)	15
	中ねぎ	5
	なたね油	1
ごま油	0.5	
(レト)がらスープ	3	
濃口醤油	1.7	
食塩	0.5	
こしょう	0.06	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4	
でんぷん	1	
湯	50	
(冷)ししやも	幼・小 20	
(冷)ししやも	中 40	
でんぷん	4	
なたね油	4	
もやし	40	
きゅうり	15	
人参	7	
(乾)きくらげ 千切り	0.5	
(袋)中華ドレッシング 乳・卵抜き	10	

3日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン	コッペパン	50
	コッペパン	50
	牛乳	○ 206
	牛乳	(冷)鶏ささみコンフレークフライ 幼～小3 40
	牛乳	(冷)鶏ささみコンフレークフライ 小4～6 50
	牛乳	(冷)鶏ささみコンフレークフライ 中 60
	牛乳	なたね油 5
	牛乳	(袋)濃厚ソース 10
	牛乳	キャベツ 40
	牛乳	人参 10
	牛乳	ズッキーニ 5
	牛乳	ゆで塩 0.5
	牛乳	ベーコン スライス 5
	牛乳	(冷)白いんげん豆 18
	牛乳	玉葱 40
	牛乳	人参 10
	牛乳	マカロニ(シェル) 5
牛乳	セロリー 2	
牛乳	パセリ 0.5	
牛乳	なたね油 0.5	
牛乳	(レト)トマト水煮 10	
牛乳	(レト)がらスープ 4	
牛乳	赤ぶどう酒 1	
牛乳	食塩 0.5	
牛乳	こしょう 0.03	
牛乳	チキンコンソメ 乳・卵抜き 0.5	
牛乳	ローリエ 0.1	
牛乳	湯 110	
牛乳	(個)スティックチーズ 10	

13日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
鶏めし (麦入り)	精白米(自校)	55
	米粒麦 自校	5
	(冷)鶏肉 胸・皮なし(カット)	15
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(カット)	10
	ごぼう ささがき	7
	人参	7
	(冷)むき枝豆	5
	なたね油	1.5
	濃口醤油	2.5
	清酒	1.5
	砂糖(上白糖)	1.2
	食塩	0.5
	だし昆布	1
牛乳 切干大根 の和え物	牛乳	○ 206
	きゅうり	30
	切干し大根	5
	人参	5
	(乾)刻み昆布	0.5
	(袋)棒々鶏ドレッシング 乳・卵抜き	10
	(冷)すいとん	25
	豆腐	20
	カットなると	7
	つきこんにやく	10
	油揚げ	7
	中ねぎ	5
	(乾)干しいたけ スライス	0.5
濃口醤油	2	
食塩	0.4	
だし削り節 鯖抜き	4	
だし昆布	1	
水	130	
(個)日向夏ゼリー	50	

14日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ビビンバ (麦ごはん)	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
	牛乳	○ 206
	牛肉(スライス)	40
	濃口醤油	3.5
	砂糖(三温糖)	1.5
	清酒	1
	にんにく	1.5
	中ねぎ	1
	ごま油	1
	炒り白ごま	2
一味	0.01	
(冷)ほうれん草	25	
もやし	40	
人参	7	
切干し大根	3	
(袋)棒々鶏ドレッシング 乳・卵抜き	10	
鶏肉 もも・皮なし(カット)	12	
もち麦	7	
玉葱	30	
人参	7	
中ねぎ	5	
(乾)干しいたけ スライス	0.8	
生姜	0.5	
にんにく	0.5	
なたね油	0.5	
(レト)がらスープ	4	
食塩	0.6	
濃口醤油	0.5	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6	
ごま油	0.2	
湯	120	
湯	120	

15日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン	コッペパン(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	50
	牛乳	○ 206
	(冷)メルルーサ カット(2cm角)	50
	清酒	2
	食塩	0.15
	米粉	4
	でんぷん	4
	なたね油	6
	玉葱	10
	人参	5
	(冷)レモン果汁	5
	砂糖(上白糖)	3.5
濃口醤油	2	
なたね油	1	
(冷)ブロッコリー	25	
キャベツ	25	
人参	5	
赤ピーマン	5	
(袋)マヨネーズ	8	
ベーコン(スライス)	7	
(缶)クリームコーン	40	
(レト)大豆ペースト	15	
玉葱	35	
パセリ	0.5	
なたね油	0.5	
(レト)がらスープ	4	
食塩	0.4	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
湯	110	

16日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
	牛乳	○ 206
	豚肉(スライス)	25
	清酒	1
	高野豆腐(サイコロ)	15
	玉葱	40
	人参	10
	(冷)さやいんげん	7
	しいたけ スライス	5
	濃口醤油	3
	砂糖(三温糖)	2.5
	食塩	0.2
だし削り節 鯖抜き	2	
湯	50	
キャベツ	35	
きゅうり	20	
人参	5	
(乾)刻み昆布	0.5	
(袋)和風ドレッシング 乳・卵抜き	10	
(個)みかんジュース	125	
(レト)あさり佃煮	10	

17日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
スラッピ ピージョー	コッペパン	50
	コッペパン	50
	牛乳	○ 206
	豚肉ミンチ	25
	牛肉ミンチ	12
	玉葱	25
	人参	12
	ピーマン	6
	にんにく	0.5
	(レト)トマト水煮	6
	トマトケチャップ	8
	ウスターソース	2
	赤ぶどう酒	0.5
食塩	0.15	
小麦粉	1	
なたね油	0.5	
キャベツ	30	
きゅうり	20	
人参	5	
(缶)ホールコーン	5	
(袋)和風ドレッシング 乳・卵抜き	10	
ボンレスハム 短冊 卵抜き	5	
じゃがいも	30	
玉葱	25	
ブナピー	7	
人参	5	
(乾)レンズ豆	5	
パセリ	0.5	
なたね油	0.5	
(レト)がらスープ	4	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
濃口醤油	0.5	
食塩	0.4	
こしょう	0.03	
湯	100	
(個)フローズンヨーグルト	60	

20日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
夏野菜カレーライス(麦ごはん)	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
	牛乳	○ 206
	豚肉(スライス)	20
	玉葱	40
	じゃがいも	20
	かぼちゃ カット皮付	20
	なす	15
	なたね油	2
	(レト)トマト水煮	15
	ミニ冬瓜	10
	人参	8
	(冷)むぎ枝豆	5
	にんにく	0.5
	生姜	0.2
	なたね油	2
	小麦粉	5
なたね油	5	
カレー粉	1.1	
(レト)がらスープ	3	
トマトケチャップ	2	
ウスターソース	1.7	
とんかつソース	1	
濃口醤油	1	
チャツネ	1	
赤ぶどう酒	1	
食塩	0.7	
こしょう	0.04	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
湯	75	
(乾)海藻ミックス	1	
(乾)ひじき	0.5	
キャベツ	30	
きゅうり	15	
(缶)ホールコーン	5	
(袋)青じそドレッシング 乳・卵抜き	10	
小煮干し	4	

21日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン	コッペパン(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	50
	牛乳	○ 206
	(冷)おからハンバーグ	小 50
	(冷)おからハンバーグ	中 60
	(袋)トマトケチャップ	8
	ベーコン(スライス)	5
	(冷)白いんげん豆	18
	玉葱	40
	人参	10
マカロニ(シエル)	7	
セロリー	2	
パセリ	0.5	
なたね油	0.5	
(レト)トマト水煮	15	
(レト)がらスープ	4	
赤ぶどう酒	1	
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
ローリエ	0.1	
湯	110	
スライスチーズ	20	
(個)ブルーベリータルト(米粉)	25	

22日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛乳	○ 206	
厚揚げのみそ炒め	豚赤肉 ミンチ 15	
	清酒 2	
	生姜 0.6	
	にんにく 0.2	
	(冷)厚揚げ カット 50	
	玉葱 30	
	人参 15	
	チンゲンサイ 15	
	たけのこ水煮 ポイルカット 10	
	ごま油 1	
	砂糖(中双糖) 2	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き 0.6	
	濃口醤油 2.2	
	赤みそ 3	
	豆板醤 0.03	
	でんぶん 1	
	湯 20	
	型抜きかまぼこ(星) 6	
	えのき茸 13	
	(乾)干しわかめ カット 0.5	
	中ねぎ 5	
	清酒 1	
	食塩 0.5	
	濃口醤油 1	
	だし削り節 鯖抜き 4	
	だし昆布 0.7	
	水 130	
	(袋)小魚入りアーモンド 8	

27日(月)			28日(火)			29日(水)			30日(木)			31日(金)			
献立名	食品名	一人当り 正味分量	献立名	食品名	一人当り 正味分量	献立名	食品名	一人当り 正味分量	献立名	食品名	一人当り 正味分量	献立名	食品名	一人当り 正味分量	
コッペパン 牛乳 ウインナーと野菜のスープ煮 ゆでとうもろこし いちごゼリー	コッペパン	50	麦ごはん 牛乳 さばの生姜煮 具だくさんみそ汁 野菜マフィン(中のみ) ふりかけ	精白米(委託)	60	コッペパン(袋入り) 牛乳 チキンのトマト煮込み ゆで枝豆 チーズ(中のみ) マーメイド	コッペパン	幼~小1 30	ドライカレー(麦ごはん) 牛乳 パイナップル 豆乳プリン(中のみ)	精白米(委託)	60	コッペパン 牛乳 豚赤肉 ミンチ 牛肉 ミンチ (レト)ひきわり大豆 玉葱 人参 ピーマン レーズン にんにく 生姜 なたね油 小麦粉 トマトケチャップ ウスターソース カレー粉 赤ぶどう酒 チキンコンソメ 乳・卵抜き 食塩 こしょう (袋)パイン (個)豆乳プリン	コッペパン	50	コッペパン 牛乳 (冷)肉団子 ビーフン 9cmカット キャベツ 玉葱 チンゲンサイ 人参 生姜 ごま油 (レト)がらスープ チキンコンソメ 乳・卵抜き 濃口醤油 食塩 こしょう 湯 (レト)みかん (レト)黄桃 ダイス (レト)バインアップル チビット (冷)カクテルゼリー (DP)はちみつ&マーガリン
	コッペパン	50		精白米(委託)	70		コッペパン	小2 40		精白米(委託)	70		コッペパン	30	
	牛乳	○ 206		米粒麦 委託	6		コッペパン	小3、4 50		米粒麦 委託	6		牛乳	○ 206	
	ミニウインナー	25		米粒麦 委託	7		コッペパン	小5 60		米粒麦 委託	7		(冷)肉団子	30	
	(冷)白いんげん豆	15		牛乳	○ 206		コッペパン	小6~中 70		牛乳	○ 206		ビーフン 9cmカット	5	
	マカロニ	10		(冷)さばの生姜煮	小 50		牛乳	○ 206		豚赤肉 ミンチ	30		キャベツ	30	
	玉葱	25		(冷)さばの生姜煮	中 70		鶏肉 胸・皮なし(カット)	30		牛肉 ミンチ	20		玉葱	25	
	キャベツ	25		豆腐	30		鶏肉 もも・皮なし(カット)	20		(レト)ひきわり大豆	30		人参	10	
	大根	20		油揚げ	5		ベーコン(スライス)	5		玉葱	40		生姜	0.5	
	人参	15		大根	15		(冷)白いんげん豆	20		ピーマン	6		ごま油	0.5	
	ローリエ	0.1		洗いごぼう	10		玉葱	40		レーズン	1.5		(レト)がらスープ	4	
	(レト)がらスープ	4		人参	7		キャベツ	20		にんにく	0.9		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
	チキンコンソメ	0.3		中ねぎ	5		人参	20		生姜	0.5		濃口醤油	3	
	白ぶどう酒	1		中みそ	6		しめじ	5		なたね油	0.5		食塩	0.3	
	食塩	0.5		白みそ	5		にんにく	1		小麦粉	1.5		こしょう	0.03	
	こしょう	0.03		だし煮干し	4		パセリ	0.5		トマケチャップ	13.5		湯	120	
	湯	100		水	110		なたね油	0.5		ウスターソース	5.3		(レト)みかん	20	
	(冷)とうもろこし ゆで	小1、2 50		(袋)野菜マフィン	30		有塩バター	0.5		カレー粉	1.8		(レト)黄桃 ダイス	20	
	(冷)とうもろこし ゆで	小3~中 70		(袋)おかかふりかけ 27品目フリー	2		(レト)トマト水煮	25		赤ぶどう酒	1.5		(レト)バインアップル チビット	20	
	ゆで塩	0.1					トマケチャップ	3		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.9		(冷)カクテルゼリー	20	
(個)いちごゼリー	50			砂糖(上白糖)	0.8	食塩	0.7	(DP)はちみつ&マーガリン	11						
				赤ぶどう酒	1	こしょう	0.03								
				ウスターソース	0.7	(袋)パイン	50								
				チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6	(個)豆乳プリン	40								
				食塩	0.4										
				こしょう	0.05										
				湯	20										
				(冷)枝豆 さやつき	25										
				ゆで塩	0.1										
				(個)チーズ 鉄強化	15										
				(個)マーメイドジャム 食物繊維	15										